Caution: Changes or modifications not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate the equipment.
Note: This device complies with part 15 of the FCC Rules. Operation is subject to the following two conditions: (1) this device may not cause harmful interference, and (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation. This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to part 15 of the FCC rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:
- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

Five (5) Year Limited Warranty

This scale is warranted against defects in materials of workmanship (excluding batteries) for five (5) years for the original purchaser from date of retail purchase. It does not cover damages or wear resulting from accident, misuse, abuse, commercial use, or unauthorized adjustment and/or repair. Do not return to retailer. For product support & warranty information: Please contact us with proof of purchase (purchase receipt) at:

Taylor Precision Products, Inc.
2220 Entrada Del Sol, Suite A
Las Cruces, New Mexico 88001 USA
Phone: 1-866-843-3905
Email: prodsupport@taylorusa.com

There are no express warranties except as listed above. This warranty gives you specific legal rights, and you may have other rights which vary from state to state.
For additional product information, or warranty information outside the USA, please contact us through www.taylorusa.com.

Not legal for trade
Made to our exact specifications in China.
www.taylorusa.com

CP7407 10.13R1 WC



TAYLOR® 7407

Electronic Scale

Instruction Manual

Thank you for purchasing a Taylor® scale. We strive to provide you with a high quality bath scale that meets your needs. Your opinion and experience with our product is important to us. If you are pleased with your Taylor product, please take a moment to share your thoughts with others by writing an on-line review. If you have questions or are not satisfied with your purchase, please contact us at prodsupport@taylorusa.com or call 1-866-843-3905.

Please read this instruction manual carefully before use. Keep these instructions handy for future reference.

General Operation

1. There is a strip under the battery cover to prevent battery drain in shipping. Please remove the strip before continuing with these instructions. Also, some models have a static cling label on the lens to prevent scratching. Please remove before use.
2. Your scale has been set at the factory to read weight in pounds. You may select kilogram or stone (1 stone = 14 pounds) units of measurement by pressing the “kg/lb/st” button on the bottom of the scale.
3. Place scale on flat, hard surface. Carpeted or uneven floors may affect accuracy.
4. Step on the scale (disregarding the reading) and step off. This process insures the scale is set and is now ready for use. Do this whenever the scale is moved. **At all other times step straight onto the scale.**
5. Step onto the scale platform and remain still. The display will count up to your weight. The display will flash when the weight is locked. Your weight is now displayed.
6. If you step off of the scale, the display will continue to show your weight for 3 seconds, then “**0.0**” then will turn off automatically. If you continue to stand on the scale, the display will show your weight for 4 seconds and then the scale will turn off automatically. **NOTE:** If you've weighed yourself and a “**C**” is displayed after the zero, weigh yourself again for a more accurate reading. Your weight cannot be locked-in if you do not stand still. If the scale displays “**----**”, you must step-off and weigh yourself again.

Attention: Changements ou modifications non expressément approuvées par la partie responsable de la conformité pourraient annuler l'autorisation de l'utilisateur à faire fonctionner l'équipement.
Note: Ce produit est conforme à la section 15 des règles de la FCC. Cet appareil est conforme à la section 15 des règles de la FCC. Son fonctionnement est soumis aux deux conditions suivantes : (1) cet appareil ne doit pas causer d'interférences nuisibles; (2) cet appareil doit supporter toutes les interférences reçues, y compris les interférences pouvant causer un fonctionnement indésirable. Cet appareil a été testé et déclaré conforme aux limites relatives à un appareil numérique de classe B, en vertu de la section 15 des règles de la FCC. Ces limites visent à assurer une protection raisonnable contre les interférences nuisibles dans un environnement résidentiel. Cet appareil génère, utilise et peut émettre de l'énergie sous forme de fréquences radio et, s'il n'est pas installé et utilisé conformément aux instructions, peut causer des interférences perturbant les communications radio. Il n'y a toutefois aucune garantie qu'il ne se produira pas d'interférences dans une installation donnée. Si cet appareil interfère avec la réception radiophonique ou télévisuelle, ce qui peut être vérifié en éteignant puis en rallumant l'appareil, l'utilisateur est invité à essayer de corriger le problème en prenant une ou plusieurs des mesures suivantes:
- changer l'orientation ou la position de l'antenne de réception;
- augmenter la distance entre l'appareil et le récepteur;
- brancher l'appareil dans une prise de courant se trouvant sur un circuit différent de celui sur lequel est branché le récepteur;
consulter le fournisseur ou un technicien d'expérience en radio/télévision afin d'obtenir de l'assistance.

Garantie limitée de cinq (5) an

Cette balance est garantie (à l'exclusion de las piles) pour une période de cinq (5) ans pour l'acheteur original contre les défauts de matériaux à partir de la date d'achat au détail. Elle ne couvre pas les dommages ou l'usure suite à un accident, une mauvaise utilisation, tout abus, utilisation commerciale ou réglage interdit et/ou réparation interdite. Ne pas renvoyer cet appareil au détaillant. Pour le support produit et l'information sur la garantie: veuillez nous contacter avec une preuve d'achat (ticket de caisse) à:

Taylor Precision Products, Inc.
2220 Entrada Del Sol, Suite A
Las Cruces, New Mexico 88001 USA
Téléphone: 1-866-843-3905
Email: prodsupport@taylorusa.com

Il n'y a aucune garantie expresse sauf celle indiquée précédemment. Cette garantie vous donne des droits juridiques précis, mais vous pouvez aussi avoir d'autres droits qui varient d'un état à l'autre.
Pour de l'information supplémentaire sur le produit ou sur la garantie à l'extérieur des É.-U. veuillez nous contacter par www.taylorusa.com.

Non légal pour le commerce
Fabriqué en Chine selon nos spécifications exactes.
www.taylorusa.com



TAYLOR® 7407

Balance électronique

Manuel d'instructions

Nous vous remercions de votre achat d'une balance Taylor®. Nous mettons tout en oeuvre pour vous fournir des balances de salle de bains de haute qualité, qui répondent à vos besoins. Votre opinion et votre expérience de nos produits sont importantes pour nous. Si vous êtes satisfait de l'article Taylor en votre possession, merci de bien vouloir prendre un moment pour partager vos réflexions avec d'autres personnes en rédigeant un commentaire en ligne.
Pour toute question ou si vous n'êtes pas satisfait de votre achat, veuillez nous contacter sur prodsupport@taylorusa.com ou nous appeler au 1-866-843-3905.

Veuillez lire attentivement votre manuel d'instructions avant d'utiliser l'appareil. Conservez ces instructions à portée de la main à titre de référence.

Fonctionnement général

1. Il y a une bande sous le couvercle de la pile afin d'éviter l'épuisement de la pile durant l'expédition. Veuillez retirer la bande avant de continuer les instructions. De même, certains modèles ont une étiquette a collement électrostatique sur la lentille pour éviter tout égratignement. Veuillez la retirer avant d'utiliser.
2. Votre balance a été réglée à l'usine pour présenter des relevés de poids en livres. Choisissez les unités de mesure kilogrammes ou stone (1 stone = 14 livres) en appuyant le bouton «kg/lb/st» au bas de la balance.
3. Places la balance sur une surface dure et plane. Les planchers à tapis ou inégaux peuvent affecter l'exactitude.
4. Montez sur la balance (ignorant le relevé) et descendez. Ce processus assure le réglage de la balance et il est prêt à être utilisé. Faites ceci à chaque fois que vous déplacez la balance. **En tout autre temps, montez tout simplement sur la balance.**
5. Montez sur la balance et ne bougez pas. L'affichage comptez jusqu'à votre poids. L'affichage clignotera lorsque le poids est verrouillé. Votre poids est maintenant affiché.
6. Si vous descendez de la balance, votre poids s'affichera pendant 3 secondes, puis « **0.0** », puis elle s'éteindra automatiquement. Si vous restez sur la balance, votre poids s'affichera pendant 4 secondes et alors la balance s'éteindra automatiquement. **REMARQUE:** Si vous vous êtes pesé et si un « **C** » apparaît après le zéro, pesezvous à nouveau pour un relevé plus exact. Votre poids ne peut pas être saisi si vous bougez. Si la balance affiche «**----**», vous devez descendre et vous peser à nouveau.

Precaución: Los cambios o modificaciones no aprobados expresamente por la parte responsable del cumplimiento podrían anular la autoridad del usuario para operar el equipo.
Nota: Este dispositivo cumple con la Parte 15 de las Normas FCC. El funcionamiento está sujeto a las dos condiciones siguientes: (1) este dispositivo no puede causar interferencia dañina y (2) este dispositivo debe aceptar cualquier interferencia recibida, incluyendo interferencia que pueda causar un funcionamiento no deseado.
Este equipo ha sido probado y cumple con los límites de un dispositivo digital de clase B según lo establecido por la parte 15 de las reglas de FCC. Estos límites han sido diseñados para brindar protección razonable contra interferencias nocivas en una instalación residencial. Este equipo genera, usa y puede emitir energía de radiofrecuencia y, si no se instala y utiliza de acuerdo con las instrucciones, puede causar interferencia dañina a las comunicaciones de radio. Sin embargo, no existe garantía de que la interferencia no ocurrirá en una instalación en particular. Si este equipo causa interferencia dañina a la recepción de radio o televisión, lo cual puede determinarse encendiendo y apagado el equipo, se anima al usuario a intentar corregir la interferencia a través de una o más de las siguientes medidas:
- Cambie de orientación o de lugar la antena receptora.
- Aumente la separación entre el equipo y el receptor.
- Conecte el equipo a un enchufe en un circuito diferente a donde está conectado el recibidor.
- Consulte con el vendedor o con un técnico experimentado en radio y televisión para obtener ayuda.

Garantía limitada por cinco (5) años

Esta báscula está garantizada contra defectos en los materiales de fabricación (excepto las baterías) durante 5 (cinco) años para el comprador original, a partir de la fecha de compra al por menor. No cubre daños ni desgastes que sean consecuencia de accidentes, uso inadecuado, abuso, uso comercial ni ajustes y/o reparaciones no autorizadas. No la devuelva al vendedor minorista.
Para soporte de productos e información de la garantía, sírvase contactarnos con prueba de compra (ticket de compra) en:

Taylor Precision Products, Inc.
2220 Entrada Del Sol, Suite A
Las Cruces, New Mexico 88001 USA
Teléfono: 1-866-843-3905
Email: prodsupport@taylorusa.com

No existen garantías expresas excepto las enunciadas anteriormente. Esta garantía le otorga derechos legales específicos y es posible que usted tenga otros derechos que varíen de un estado a otro.
Para obtener información adicional sobre el producto, o información de la garantía fuera de los EE.UU., sírvase contactarnos a través de www.taylorusa.com.

No es legal para uso comercial.
Fabricado en China según nuestras especificaciones exactas.
www.taylorusa.com

TAYLOR® 7407

Báscula Electrónica

Manual de instrucciones

Gracias por comprar una báscula Taylor®. Nos esforzamos por proporcionarle una báscula de baño de alta calidad que satisfaga sus necesidades. Su opinión y experiencia con nuestro producto son importantes para nosotros. Si está satisfecho con su producto Taylor, tómese un momento para compartir lo que piensa con los demás redactando una revisión en línea. Si tiene preguntas o no está satisfecho con su compra, comuníquese con nosotros a prodsupport@taylorusa.com o llámenos al 1-866-843-3905.

Antes de usarla, sírvase leer con atención este manual de instrucciones. Guarde estas instrucciones en un lugar de fácil acceso para referencia futura.

Funcionamiento General

1. Hay una lámina bajo la tapa de la batería para evitar que la batería se agote durante el envío. Sírvase hacer esto antes de continuar con estas instrucciones. Además, algunos modelos tienen una etiqueta de adherencia por estática en el lente para evitar rayaduras. Sírvase quitar antes de usar.
2. Su báscula ha sido ajustada en fábrica para mostrar el peso en libras. Podrá elegir kilogramos o stones (1 stone = 14 libras) como unidades de medida, presionando el botón “kg/lb/st” en la parte inferior de la báscula.
3. Coloque la báscula sobre una superficie plana y dura. Los pisos alfombrados o desparejos pueden afectar la precisión.
4. Párese sobre la báscula (sin tener en cuenta la lectura) y bájese. Este proceso asegura que se ajuste la báscula y está lista para usar. Haga esto cada vez que la mueva. **Todas las demás veces párese directamente sobre la báscula.**
5. Párese sobre la plataforma de la báscula y quédese quieto. La pantalla contará hasta su peso. La pantalla parpadeará cuando el peso se haya estabilizado. Se mostrará su peso.
6. Si se baja de la báscula, la pantalla mostrará su peso durante 3 segundos, luego “**0.0**” y luego se apagará automáticamente. Si continúa parado sobre la báscula, su peso se mostrará durante 4 segundos, y entonces la báscula se apagará automáticamente. **NOTA:** Si se pesó y después del cero se mostró “**C**”, pésese nuevamente para obtener una lectura más precisa. Su peso no puede fijarse si no se mantiene inmóvil. Si la báscula muestra “**----**” debe bajarse y pesarse nuevamente.

Battery Replacement

1. Use two 3 volt CR2032 lithium batteries (as installed). Always replace all batteries at the same time; do not mix old and new batteries. Do not mix alkaline, standard (carbon-zinc) or rechargeable (ni-cad, ni-mh, etc.) batteries.
2. Remove screw (or screws) from the batteries compartment cover on the bottom of the scale and remove the cover.
3. Remove the old batteries from the compartment.
4. Place the new batteries with the **"+"** sign up into the batteries compartment.
5. Replace the batteries compartment cover and screw(s).

NOTE: Please recycle or dispose of batteries per local regulations.

WARNING: Batteries may pose a choking hazard. As with all small items, do not let children handle batteries. If swallowed, seek medical attention immediately.

PRECAUTION: Do not dispose of batteries in fire. Batteries may explode or leak. Remove the batteries if the scale will not be used for a long period of time.

Low Batteries

Your Taylor® scale is equipped with a low battery indicator. It will display **" LO "** or readings will grow dim or become irregular if the batteries need replacement.

Trouble Shooting

In Case of Difficulty...

1. Place your feet in the same position every time you weigh yourself. Stand still during measurement.
2. Weigh yourself without clothing whenever possible. Clothes can vary in weight.
3. Move the scale to a location where it won't be bumped. If your scale is bumped while being activated or while in use, an inaccurate reading may occur.
4. For the most consistent readings, weigh yourself at the same time of day. Allow for weight fluctuations due to food or drink in your system.
5. The maximum capacity of this scale is 400 lbs / 180 kgs / 28 st 8 lbs. Should **" ---- "** appear on the display during a weighing, this indicates that the maximum weighing capacity of the scale has been exceeded. Remove the weight immediately; otherwise, permanent damage may occur.

Precautions

1. Clean exposed parts with a soft, slightly damp cloth. To remove stains, use a mild soap. Never use detergents, excess water, treated cloths, harsh cleaning agents, or sprays. Do not attempt to lubricate or open scale casing as this will void your warranty.
2. Although your scale is designed to be maintenance-free, it contains sensitive electronic parts. Avoid rough treatment. Do not drop, kick, or jump on it. Treat it with care to ensure the best performance.
3. This scale is designed to read weights between 25 and 400 lbs / 12 and 180 kgs / 2 and 28 st 8 lbs. To prevent damage, do not place more than 400 lbs / 180 kgs / 28 st 8 lbs. on it.
4. Do not store scale where you store cleaning chemicals. The vapors from some household products may affect the electronic components of your scale. Do not store scale on its side.
5. This scale is an extremely sensitive weighing device. In order to prevent run down of the batteries, do not store anything on the scale.
6. Do not dispose of batteries in fire. Batteries may explode or leak. Remove the batteries if the scale will not be used for a long period of time.

Reaching Target Weight

Maintaining proper weight is essential to healthy living. Obesity has been linked to a higher risk of heart disease, diabetes and some forms of cancer. The Body Mass Index (BMI) is the most widely accepted measurement of weight according to health professionals.
Use the chart below to determine your own BMI by matching your height in the left hand column with your weight in the center. Anyone, male or female, with a BMI of 25 to 29 is considered over weight and a body mass index of 30 is considered obese. Remember to eat right and exercise.

Body Mass Index

Height (inches)	Body Weight (pounds)						Overweight					Obese					
58	91	96	100	105	110	115	119	124	129	134	138	143	148	153	158	162	167
59	94	99	104	109	114	119	124	128	133	138	143	148	153	158	163	168	173
60	97	102	107	112	118	123	128	133	138	143	148	153	158	163	168	174	179
61	100	106	111	116	122	127	132	137	143	148	153	158	164	169	174	180	185
62	104	109	115	120	126	131	136	142	147	153	158	164	169	175	180	186	191
63	107	113	118	124	130	135	141	146	152	158	163	169	175	180	186	191	197
64	110	116	122	128	134	140	145	151	157	163	169	174	180	186	192	197	204
65	114	120	126	132	138	144	150	156	162	168	174	180	186	192	198	204	210
66	118	124	130	136	142	148	155	161	167	173	179	186	192	198	204	210	216
67	121	127	134	140	146	153	159	166	172	178	185	191	198	204	211	217	223
68	125	131	138	144	151	158	164	171	177	184	190	197	203	210	216	223	230
69	128	135	142	149	155	162	169	176	182	189	196	203	209	216	223	230	236
70	132	139	146	153	160	167	174	181	188	195	202	209	216	222	229	236	243
71	136	143	150	157	165	172	179	186	193	200	208	215	222	229	236	243	250
72	140	147	154	162	169	177	184	191	199	206	213	221	228	235	242	250	258
73	144	151	159	166	174	182	189	197	204	212	219	227	235	242	250	257	265
74	148	155	163	171	179	186	194	202	210	218	225	233	241	249	256	264	272
75	152	160	168	176	184	192	200	208	216	224	232	240	248	256	264	272	279
76	156	164	172	180	189	197	205	213	221	230	238	246	254	263	271	279	287
	19	**20**	**21**	**22**	**23**	**24**	**25**	**26**	**27**	**28**	**29**	**30**	**31**	**32**	**33**	**34**	**35**

Body Mass Index



Remplacement des piles

1. Utilisez 2- piles au lithium 3 V de type CR2032 (comme installé). Remplacez toujours toutes les piles en même temps, ne mélangez pas vieilles et nouvelles piles. N'utilisez pas divers types de piles en même temps, par ex. des piles alcalines, standards (carbone/ zinc) ou rechargeables (ni-cad, ni-mh, etc.).
2. Retirez la vis (ou les vis) de le couvercle du compartiment de piles au bas de la balance et retirez le couvercle.
3. Retirez las vieille piles du compartiment.
4. Placez las nouvelle piles dans le compartiment avec le signe « + » sur le dessus dans le compartiment de las piles.
5. Replacez le couvercle de pile et le vis (ou les vis).

REMARQUE: Veuillez recycler ou jetez piles conformément à réglementations ocales.

AVERTISSEMENT: Les piles peuvent présenter un risque de suffocation. Comme avec tous les petits objets, ne laissez pas les enfants manipuler les piles. En cas d'ingestion, consulter immédiatement un médecin.

ATTENTION: Ne jetez pas les piles usées dans le feu afin d'éviter tout risque d'explosion ou de fuite. Veillez à retirer les piles de l'appareil si vous envisagez de ne pas l'utiliser pour une période prolongée.

Piles faible

Votre balance Taylor® est dote d'un indicateur de piles faible. Il affichera **« LO »** or les relevés seront plus faibles ou irréguliers s'il faut remplacer les piles.

Depannage

En cas de difficulté ...

1. Placez vos pieds dans la même position chaque fois que vous vous pesez. Ne bougez pas tandis que l'appareil mesure votre poids.
2. Pesez-vous sans vêtements si possible car le poids des vêtements peut varier.
3. Placez la balance dans un endroit où on ne peut pas le frapper accidentellement. Si vous frappez votre balance tandis qu'il est activé ou utilisé, il pourrait y avoir un relevé inexact.
4. Pour des relevés plus consistants, pesez-vous au même moment du jour. Tenez compte du fait que des fluctuations de poids peuvent découler de la nourriture ou des boissons dans votre système.
5. . La capacité maximum de ce balance est de 400 livres / 180 kilogrammes / 28 st 8 livres. Si **« ---- »** sont évident sur l'affichage pendant peser, ceci indique la capacité de poids maximum de la balance est dépassée. Retirez le poids immédiatement ; sinon l'appareil pourrait être endommage de manière permanente.

Précautions

1. Nettoyez les pièces exposées avec un chiffon doux, un peu humide. Pour retirer les taches, utilisez un savon doux. N'utilisez jamais de détergents, surplus d'eau, chiffons traités, agents de nettoyage puissants ou sprays. N'essayez pas de lubrifier ou d'ouvrir le boîtier de la balance car cela annulera votre garantie.
2. Bien que votre balance soit conçu pour être sans entretien, il contient des pièces électroniques sensibles. Evitez toute mauvaise manipulation. N'échappez pas, ne frappez pas et ne sautez pas sur l'appareil. Traitez-le avec soin pour assurer la meilleure performance.
3. La balance est conçu pour lire les poids entre 25 et 400 livres / 12 et 180 kilogrammes / 2 et 28 st 8 livres. Pour éviter les dommages, ne placez pas plus de 400 livres / 180 kilogrammes / 28 st 8 livres sur la balance.
4. Ne rangez pas la balance ou vous placez les produits chimiques de nettoyage. Les vapeurs de certains produits domestiques peuvent affecter les composants électroniques de votre balance. Ne le rangez pas sur le côté.
5. Ce balance est un dispositif de pesage extrêmement sensible. Pour ne pas épuiser las piles, ne le rangez rien sur la balance.
6. Ne vous débarrassez pas des piles en feu. Les piles peuvent éclater ou fuir. Retirez les piles si la balance ne sera pas utilisé pendant un certain temps assez long.

Atteindre le poids cible

Maintenir un poids approprie est essentiel pour une vie saine. L'obésité est liée à un risque accru de maladies cardiaques, de diabète et de certaines formes de cancer. L'indice de masse corporelle (IMC) est la mesure de poids la plus acceptée selon les professionnels de la santé. Utilisez le tableau plus bas pour déterminer votre propre IMC en associant votre taille dans la colonne de gauche avec votre poids au centre. Toute personne, homme ou femme, qui a un IMC de 25 a 29 est considérée trop lourde et un indice de masse corporelle de 30 est considéré obèse. Rappelez-vous de bien manger et de faire des exercices.

Indice de masse corporelle

(tableau de chiffres)	Poids corporel (livres)						Trop lourd					obèse					
58	91	96	100	105	110	115	119	124	129	134	138	143	148	153	158	162	167
59	94	99	104	109	114	119	124	128	133	138	143	148	153	158	163	168	173
60	97	102	107	112	118	123	128	133	138	143	148	153	158	163	168	174	179
61	100	106	111	116	122	127	132	137	143	148	153	158	164	169	174	180	185
62	104	109	115	120	126	131	136	142	147	153	158	164	169	175	180	186	191
63	107	113	118	124	130	135	141	146	152	158	163	169	175	180	186	191	197
64	110	116	122	128	134	140	145	151	157	163	169	174	180	186	192	197	204
65	114	120	126	132	138	144	150	156	162	168	174	180	186	192	198	204	210
66	118	124	130	136	142	148	155	161	167	173	179	186	192	198	204	210	216
67	121	127	134	140	146	153	159	166	172	178	185	191	198	204	211	217	223
68	125	131	138	144	151	158	164	171	177	184	190	197	203	210	216	223	230
69	128	135	142	149	155	162	169	176	182	189	196	203	209	216	223	230	236
70	132	139	146	153	160	167	174	181	188	195	202	209	216	222	229	236	243
71	136	143	150	157	165	172	179	186	193	200	208	215	222	229	236	243	250
72	140	147	154	162	169	177	184	191	199	206	213	221	228	235	242	250	258
73	144	151	159	166	174	182	189	197	204	212	219	227	235	242	250	257	265
74	148	155	163	171	179	186	194	202	210	218	225	233	241	249	256	264	272
75	152	160	168	176	184	192	200	208	216	224	232	240	248	256	264	272	279
76	156	164	172	180	189	197	205	213	221	230	238	246	254	263	271	279	287
	19	**20**	**21**	**22**	**23**	**24**	**25**	**26**	**27**	**28**	**29**	**30**	**31**	**32**	**33**	**34**	**35**

Indice de masse corporelle



Reemplazo de las baterías

1. Use únicamente dos baterías de litio CR2032 de 3 voltios. Siempre cambie todas las baterías a la vez; no combine baterías nuevas y viejas. No mezcle baterías alcalinas, normales (carbón-cinc) o recargables (ní-cad, ní-mh, etc).
2. Retire el tornillo (o los tornillos) de la tapa del compartimento de las baterías, en la parte inferior de la báscula, y quite la tapa.
3. Quite las baterías viejas del compartimiento.
4. Coloque las nueva baterías en el compartimiento, con el signo "**+**" hacia arriba.
5. Vuelva a colocar la tapa del compartimiento de las baterías y el tornillo (o los tornillos).

NOTA: Por favor, recicle o deseche las baterías con las regulaciones locales.

ADVERTENCIA: Las baterías pueden representar un peligro de asfixia. Como con todos los artículos pequeños, no deje que los niños manipulen las baterías. Si se ingiere, busque atención médica inmediata.

PRECAUCIÓN: No tire las baterías al fuego. Las baterías pueden explotar o tener pérdidas. Retire las baterías si la báscula no se utilizará por un largo tiempo.

Baterías baja

Su báscula Taylor® está equipada con un indicador de baterías baja. Si debe reemplazar las baterías, mostrará **" LO "** o las lecturas se volverán borrosas o irregulares.

Diagnóstico y resolución de problemas

En caso de dificultad...

1. Ponga sus pies en la misma posición cada vez que se pese. Quédese quieto mientras la báscula computa.
2. Pésese sin ropas cuando sea posible. Las ropas pueden variar el peso.
3. Mueva la báscula a un lugar donde no será golpeada. Si su báscula se golpea mientras está activada o en uso, es posible que proporcione una lectura incorrecta.
4. Para obtener lecturas más regulares, pésese a la misma hora del día. Tenga en cuenta un margen de fluctuación en el peso debido a los alimentos o bebidas que haya en su organismo.
5. La capacidad de peso máxima de la báscula es 400 lbs /180 kgs / 28 st 8 lbs. Si la pantalla presenta **"----"** durante una medida, esto indica se ha excedido la capacidad de peso máxima de la báscula. Retire el peso de inmediato; de lo contrario se ocasionará un daño permanente a la báscula.

Precauciones

1. Limpie las partes expuestas con un paño suave apenas húmedo. Para quitar las manchas, use un jabón suave. Nunca use detergentes, agua en exceso, telas tratadas, agentes limpiadores agresivos o atomizadores. No intente lubricar o abrir la carcasa de la báscula ya que esto anulará su garantía.
2. Si bien su báscula fue diseñada para no necesitar mantenimiento, contiene piezas electrónicas sensibles. Evite el maltrato. No la deje caer, no la patee, ni salte sobre ella. Trátela con cuidado para asegurar el mejor rendimiento.
3. Esta báscula fue diseñada para leer pesos entre 25 y 400 lbs y 12 y 180 kgs y 28 st 8 lbs. Para evitar el daño, no coloque más de 400 lbs / 180 kgs / 28 st 8 lbs sobre la misma.
4. No guarde la báscula donde guarda productos químicos de limpieza. Los vapores de algunos de los productos del hogar pueden afectar los componentes electrónicos de su báscula. No guarde la báscula sobre su lado.
5. Esta báscula es un dispositivo de pesaje extremadamente sensible. Con el fin de evitar desgastar las baterías, no almacene nada sobre la báscula.
6. No tire las baterías al fuego. Las baterías pueden explotar o tener pérdidas. Retire las baterías si la báscula no se utilizará por un largo tiempo.

Cómo lograr el peso deseado

Mantener el peso adecuado es esencial para una vida saludable. Se he ligado la obesidad a un mayor riesgo de padecer enfermedades cardíacas, diabetes y algunos tipos de cáncer. El índice de masa corporal (IMC) es la medida de peso más ampliamente aceptada según los profesionales de la salud. Use el cuadro que aparece a continuación para determinar su propio de la izquierda y su peso en el centro. Se considera que una persona, ya sea hombre o mujer, con un IMC de 25 a 29 tiene sobrepeso y con un IMC de 30 se considera obeso. Recuerde comer correctamente y practicar ejercicio.

Índice de masa corporal

Altura (pulgadas)	Peso corporal (libras)						Sobrepeso					Obeso					
58	91	96	100	105	110	115	119	124	129	134	138	143	148	153	158	162	167
59	94	99	104	109	114	119	124	128	133	138	143	148	153	158	163	168	173
60	97	102	107	112	118	123	128	133	138	143	148	153	158	163	168	174	179
61	100	106	111	116	122	127	132	137	143	148	153	158	164	169	174	180	185
62	104	109	115	120	126	131	136	142	147	153	158	164	169	175	180	186	191
63	107	113	118	124	130	135	141	146	152	158	163	169	175	180	186	191	197
64	110	116	122	128	134	140	145	151	157	163	169	174	180	186	192	197	204
65	114	120	126	132	138	144	150	156	162	168	174	180	186	192	198	204	210
66	118	124	130	136	142	148	155	161	167	173	179	186	192	198	204	210	216
67	121	127	134	140	146	153	159	166	172	178	185	191	198	204	211	217	223
68	125	131	138	144	151	158	164	171	177	184	190	197	203	210	216	223	230
69	128	135	142	149	155	162	169	176	182	189	196	203	209	216	223	230	236
70	132	139	146	153	160	167	174	181	188	195	202	209	216	222	229	236	243
71	136	143	150	157	165	172	179	186	193	200	208	215	222	229	236	243	250
72	140	147	154	162	169	177	184	191	199	206	213	221	228	235	242	250	258
73	144	151	159	166	174	182	189	197	204	212	219	227	235	242	250	257	265
74	148	155	163	171	179	186	194	202	210	218	225	233	241	249	256	264	272
75	152	160	168	176	184	192	200	208	216	224	232	240	248	256	264	272	279
76	156	164	172	180	189	197	205	213	221	230	238	246	254	263	271	279	287
	19	**20**	**21**	**22**	**23**	**24**	**25**	**26**	**27**	**28**	**29**	**30**	**31**	**32**	**33**	**34**	**35**

Índice de masa corporal